

TÜRK DERMATOLOJİ DERNEĞİ DERMATOALERJİ ÇALIŞMA GRUBU
ÜRTİKER HASTA BİLGİLENDİRME FORMU

Ürtiker (kurdeşen), kısa sürede sönen kızarıklık, kabarıklık ve kaşıntı ataklarıyla karakterize bir hastalıktır. Toplumun %20'si hayatlarının herhangi bir döneminde ürtiker atağı geçirmektedir.

Anjioödem ise derinin daha derinlerinde ortaya çıkıp kabarıklık, şişme, kaşıntı veya yanma-batma hissi şeklinde bulgular veren ürtiker formudur. Sıklıkla göz kapaklarında, dudaklarda ve bazen ağız içinde olmaktadır. Eller etkilendiğinde şiş ve ağrılı olabilmektedir.

Anjioödem ve ürtiker bir hastada tek başlarına olabildikleri gibi birlikte de olabilirler

Ürtikerin farklı tipleri vardır. En sık görülen şekli olağan ürtikerdir. Eğer ürtiker atakları kişide 6 haftadan kısa bir süredir varsa 'akut olağan ürtiker', daha uzun süredir devam ediyorsa 'kronik olağan ürtiker' olarak adlandırılır.

Ürtiker ve Anjioödeme neler yol açabilir?

Her ikisinde de yakınmaların sebebi derideki alerji hücrelerinden (mast hücreleri) histamin salınımıdır. Egzersiz, deriye basınç uygulaması, soğuk gibi fiziksel faktörler, yiyecekler, ilaçlar ve enfeksiyonlar gibi faktörler bu hücreleri uyarabilir. Bazı kronik ürtikerli hastalarda ise kişinin kan dolaşımında bulunan kendi bağışıklık sistemine ait yapıları (otoantikor) derideki mast hücrelerinden histamin salınımını uyarır. Olağan ürtikerde genellikle bir neden tespit edilemez. Fakat aşağıdaki sıralanan faktörler hastalığı tetikleyebilir:

1. Enfeksiyonlar: Özellikle nezle, grip gibi akut üst solunum yolu enfeksiyonları.
2. İlaçlar: Her türlü ilaç ürtikere neden olabilir, fakat ağrı kesiciler, kas gevşeticiler ve antibiyotikler daha sık neden olan ilaçlardır. Ayrıca bazı tansiyon ilaçları (ACE inhibitörleri) anjioödeme neden olabilmektedir.
3. Alkol, gıda ve gıda katkı maddeleri. Nadir olarak fındık, ceviz, balık, domates ve çilek gibi yiyecekler de ürtikerden sorumlu olabilmektedirler.
4. Barsak parazitleri,
5. Sıkı kıyafetler,
6. Sıcak ve soğuk
7. Stres
8. Egzersiz

Ürtiker- Anjioödem bulguları nelerdir?

Ürtikerde kırmızı, kaşıntılı, 24 saat içinde kaybolan kabarıklıklar görülür. Bu kabarıklıklar birleşerek büyük boyutlara ulaşabileceği gibi küçük boyutlarda da kalabilirler, ortalarından iyileşerek halka gibi görünebilirler. Anjioödem göz kapakları, dudaklar, avuç içi ve ayak tabanında daha sık görülen şişlik şeklinde bulgu verir. Bazen ağız içi ve yemek borusunda da şişlik ortaya çıkabilir. Bu durum hastada nefes darlığı, yutma güçlüğü gibi şikayetlere neden olur. Anjioödem şişliklerinin gerilemesi genellikle 24 saatten uzun sürer.

Olağan ürtiker tanısı nasıl konulmaktadır?

Ürtikerde saptanan muayene bulguları tanı koydurucudur. Nedeni bulunamayabileceğinden doktorunuz size ayrıntılı sorular soracaktır ve gerekli görürse bazı testler isteyecektir.

Olağan ürtikerin tedavisi

Ürtikerde en önemli olan ürtikeri kötüleştiren etkenlerden sakınmaktır:

- Antihistaminikler kaşıntı ve kabarıklığı birçok hastada düzeltirler.
- Bazı antihistaminikler uyku haline neden olabilmektedir, bazıları ise antihistaminlerde daha az uyku yapmaktadır, ancak alkolle alındığında bu grupta da uyku hali olmaktadır. Bu nedenle dikkat gerektiren işlerde çalışıyorsanız, araba kullanıyorsanız ve zihinsel aktivitenin gerekli olduğu işlerde çalışıyorsanız doktorunuza bildiriniz.
- Yakımlarınızı azaltabilmek için doktorunuz ilacı bir diğeriyle değiştirmek ya da kullandığınız ilacın dozunu artırmak isteyebilir.
- Bazı durumlarda uzun süreli ilaç kullanımını gerekebilir.
- Dirençli ve özel durumlarda bağışıklık sistemini etkileyen (steroidler ve siklosporin gibi) ilaçlar kullanılabilir.
- Dil ve boğaz şişliği çok sık olmamakla birlikte anjioödem bulgularıdır. Nadiren görülen ve hayatı tehdit eden bu bulgu olması durumunda size en yakın sağlık birimine başvurmalısınız.

Ne yapabilirim?

En önemlisi ürtikeri arttıran etkenlerden kaçınmaktır. Bunlar aşağıdaki şekilde sıralanabilir:

1. Çok gerekli olmadıkça ağrı kesici (parasetamol genel olarak problem olmamaktadır) ve aspirin kullanmayınız.
2. Hipertansiyon ilacı olarak kullanılan ACE inhibitörleri özellikle anjioödem hastalarında kaçınılması gereken ilaçlardır.

3. Alkol tüketmeyiniz.
4. Ağır egzersiz, aşırı sıcak ve soğuk ortamlardan uzak durunuz
5. Boya ve katkı maddesi içeren gıdalar tüketmeyiniz

Dikkat gerektiren işlerde çalışıyorsanız, tansiyon ile ilgili sorunlar yaşıyorsanız ve alkol alışkanlığınız varsa mutlaka doktorunuzu bilgilendirin.

Olağan ürtiker dışında başka ürtiker tipleri var mıdır?

Bazı hastalarda ürtiker atakları bazı belli tetikleyiciler sonrasında olur. Bu tetikleyiciler sıklıkla fiziksel faktörler yiyecekler, ilaçlar ve enfeksiyonlardır.

Fiziksel ürtiker nedir?

Soğuk, sıcak, egzersiz, basınç gibi fiziksel faktörler ile ortaya çıkan ürtiker fiziksel ürtiker olarak adlandırılır. Bu ürtiker tiplerinde tetikleyicilerinden uzak tutmak tedavide ilk yapılacak işlerdir.

1. Dermografizm: Sert bir obje ile çizilen deride çizgi şeklinde ürtiker kızarıklık ve şişliklerinin gelişmesine bu isim verilir. Olağan ürtikerli hastalarda da bu bulguya rastlanabilir.
2. Soğuk ürtikeri: Soğuğa maruziyet (karlı, rüzgarlı hava,soğuk bir denizde yüzmek gibi) ile tetiklenen ürtiker
3. Solar ürtiker: Güneş ile tetiklenen ürtiker.
4. Akuajenik ürtiker: Suya temas ile tetiklenen ürtiker.
5. Basınç ürtikeri: Uzun süreli basınca kalan alanlarda (kıyafet lastiklerinin sıkıldığı alanlar, ayak tabanları, kalça gibi) ortaya çıkan ürtiker.

Kolinerjik ürtiker nedir?

Vücut ısısını artırıp terlemeye neden olan egzersiz, sıcak banyo, emosyonel stres gibi durumlarda dakikalar içinde ortaya çıkan, genellikle gövde üst kısmını tutan ürtiker tipidir.

Kontakt (temas) ürtiker: Bazı maddelerin deriye teması sonrası ortaya çıkan ürtiker tipidir. Gıdalar, gıda katkı maddeleri, lateks, kedi ve köpek salyası kontakt ürtikerine en sık neden olan maddelerdir.